

## Kochen mit Fleisch vom Kalb, Rind und Ochsen

### Kalbsfrikassee

(4 Portionen)

<p>1 Bund Suppengrün 750 g Kalbfleisch (Brust, Blatt oder Schlegel) 1 l Wasser etwas Salz 5 Pfefferkörner</p> <p>60 g Butter 60 g Mehl ¾ l Brühe Salz, Zucker Kapern, Zitronensaft, Weißwein 100 g Champignons 250 g gegarte Spargelstücke oder Blumenkohlröschen 1-2- Eigelb</p>	<p>Das Suppengrün waschen, putzen, zerkleinern. Das Fleisch abwaschen. Mit Salz, Pfeffer und dem Suppengrün ankochen. Ca. 1 Stunde fortkochen. Das Fleisch heraus nehmen und klein schneiden. Die Kalbsbrühe durch ein Sieb gießen.</p> <p>Für die Soße das Fett erhitzen, Mehl zufügen und unter ständigem Rühren andünsten. Mit Brühe unter ständigem Rühren ablöschen. Aufkochen lassen und mit den weiteren Zutaten abschmecken.</p> <p>Das Fleisch, die geputzten Champignons und den Spargel in die Soße geben. Alles aufkochen lassen.</p> <p>Das Eigelb mit etwas heißer Soße verquirlen und in die nicht mehr kochende Soße rühren.</p>
---	--

### Wiener Schnitzel

(4 Portionen)

<p>4 Kalbsschnitzel von der Oberschale (à 120 g) Salz Pfeffer 2 Eier (Kl. M) 2 EL Milch 50 g Mehl 150 g Semmelbrösel</p> <p>200 g Butterschmalz</p> <p>Zitronenspalten</p>	<p>Kalbsschnitzel nacheinander zwischen 2 leicht geölten Stücken Klarsichtfolie dünn ausklopfen. Schnitzel rundherum mit Salz und Pfeffer würzen.</p> <p>Die Eier und die Milch in einer Schüssel mit einer Gabel verquirlen. Mehl und Semmelbrösel jeweils auf einen Teller geben. Die Schnitzel Nacheinander in Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen. Anschließend durch die Eiermilch ziehen und in den Semmelbröseln panieren. Die Panade dabei fest andrücken. Butterschmalz in einer großen Pfanne erhitzen und die Schnitzel darin von beiden Seiten ca. 3 Minuten goldgelb ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Zitronenspalten anrichten.</p>
--	--

## Rahmgulasch vom Kalb

(4 Portionen)

700 g Kalbsgulasch	Kalbsgulasch je nach Größe evtl. noch einmal halbieren, damit alle Stücke möglichst die gleiche Größe haben.
1 Zwiebel	Die Zwiebel pellen in Würfel schneiden.
50 g Karotten	Die Karotten putzen und in kleine Würfel schneiden.
1 Stange Lauch	Den Lauch putzen, in feine Ringe schneiden.
50 g Petersilienwurzel	Die Petersilienwurzel schälen, in kleine Würfel schneiden.
40 g Butterschmalz	In einem Schmortopf Butterschmalz erhitzen, das Kalbsgulasch darin portionsweise auf hoher Temperatur anbraten. Fertig gebratenes Kalbsgulasch mit einer Schaumkelle aus dem Topf heben, auf einen Teller legen.
1/4 l Kalbsfond	Das Gemüse im Bratenfett leicht anrösten, mit dem Kalbsfond ablöschen. Dabei unter Rühren mit dem Schneebesen den Bratenfond vom Boden des Schmortopfes lösen. Das Kalbsgulasch zusammen mit dem aufgefangenen Bratensaft wieder zurück in den Schmortopf geben und mit etwas abgeriebener Zitronenschale würzen. Einen Deckel auflegen und das Rahmgulasch ca. 30 Minuten auf mittlerer Temperatur schmoren.
2 TL Zitronenschale	
3 Tomaten	Die Tomaten in eine Schüssel geben, auf der Oberseite mit einem scharfen Messer über Kreuz leicht einritzen. In einem Wasserkocher ca. 1 Liter Wasser zum Kochen bringen und die Tomaten damit überbrühen. Die Tomaten kurz unter fließend kaltem Wasser abschrecken, die Haut abziehen. Die Tomaten würfeln und zum Rahmgulasch in den Schmortopf geben. Nach den 30 Minuten Schmorzeit den Herd ausstellen und die Resthitze nutzen.
200 g Creme Fraiche	Creme Fraiche unter das Rahmgulasch rühren und die Sauce mit Pfeffer und Salz würzen.
Pfeffer, Salz	
3 TL Stärkemehl	Stärkemehl mit wenig kaltem Wasser glatt rühren und das Rahmgulasch damit binden.
2 EL Petersilie	Die gehackte Petersilie kurz vor dem Servieren unter das Rahmgulasch rühren.
	Dazu schmecken Spätzle, Semmelknödel oder Salzkartoffeln.

## Rindsrouladen

(4 Portionen)

<p><u>Füllung:</u> 2-3 Lauchzwiebeln 1 kleine Paprika</p> <p>100 g Speck o. Schinken 1 TL Öl oder Butter</p> <p>4 Rindsrouladen</p> <p>Salz, Pfeffer, Paprika 2-3 EL Senf</p> <p>1 EL Butterschmalz</p> <p>1 EL Tomatenmark 200 ml Brühe 100 ml Rotwein</p> <p>evtl. 1 -2 TL Soßenbinder 1 EL Schmand</p>	<p>Waschen und in Ringe schneiden. Waschen, halbieren, Kerne entfernen und in kleine Würfel schneiden Klein schneiden. In einem Topf erhitzen und Speck und Gemüse kurz andünsten, danach abkühlen lassen.</p> <p>Die Rouladen mit Küchenpapier trocken tupfen und auf einem großen Schneidebrett ausbreiten. Auf beiden Seiten würzen. Eine Seite dünn mit Senf bestreichen. Die Gemüse-Füllung auf die Rouladen verteilen, aufwickeln und Ende mit einem Zahnstocher feststecken. Im Dampfdrucktopf erhitzen und die Rouladen von allen Seiten im Schmalz anbraten. Tomatenmark dazugeben und kurz mitbraten. Die Brühe und den Wein dazugeben. Den Dampfdrucktopf verschließen, warten bis der 2. Ring sichtbar wird. Auf Stufe 4 zurückschalten, 20 Minuten garen und abdampfen lassen.</p> <p>Die Soße evtl. binden und mit Schmand verfeinern.</p>
---	--

## Gaisburger Marsch

(4 Portionen)

<p>500 g Rindfleisch (Falsches Filet, Dickes Bugstück) 1,5 l Wasser 1 Zwiebel 2 kleine Lorbeerblätter 2 Nelken Salz, Pfeffer 250 g Kartoffeln 250 g rote Paprika 250 g Zwiebeln 2 Karotten 1,5 Stangen Lauch 1,5 Knollen Sellerie</p> <p>1 große Zwiebel 1 Bund Petersilie</p>	<p>Fleisch waschen, trocken tupfen. Im warmen Wasser zum Kochen bringen, ca. 1,5 bis 2 Stunden bei schwacher Hitze köcheln lassen. Die Zwiebel mit einem Lorbeerblatt und einer Nelke spicken. Lorbeerblatt und Nelke so dazu geben und würzen.</p> <p>Die Kartoffeln, waschen, schälen und würfeln. Die Paprika waschen und in Streifen schneiden. Die Zwiebel in Ringe schneiden. Das Gemüse waschen, putzen und in Würfel schneiden. Das Gemüse mit den Kartoffeln ca. 20 Minuten vor Ende der Garzeit in die Suppe geben und mitköcheln lassen. Die Zwiebel in Ringe schneiden, in etwas Öl rösten. Die Petersilie waschen und fein hacken. Die Suppe anrichten, mit Zwiebelringen und Petersilie garnieren. Traditionell werden dazu Spätzle gereicht.</p>
--	---

## Rinderbraten in Rahmsauce

(4 Portionen)

<p>700 g Rinderschmorbraten aus der Schulter 4 TL Senf Pfeffer, Salz Paprikapulver 20 g Fett</p> <p>1 Zwiebel 50 g Lauch 50 g Sellerie 1 Knoblauchzehe 150 g Champignons 1/8 l Rotwein</p> <p>1/8 l Brühe 3 EL Sahne 3 TL Stärkemehl</p>	<p>Den Rinderschmorbraten mit Küchenpapier trocken tupfen. Senf in eine kleine Schüssel geben und mit Pfeffer, Salz und Paprikapulver verrühren. Den gewürzten Senf dünn auf den Rinderschmorbraten verteilen. Fett in einem Bratentopf stark erhitzen, den Schmorbraten von allen Seiten kräftig anbraten. Den Braten aus dem Bratentopf nehmen und in Alufolie gewickelt warm stellen. Die Zwiebel in grobe Würfel schneiden. Den Lauch, in Ringe schneiden. Den Sellerie schälen und grob würfeln. Den Knoblauch pellen und grob hacken. Die Champignons putzen und in Würfel schneiden. Das Gemüse im Bratenfett anschmoren und mit Rotwein ablöschen. Den Bratenfond etwas einkochen lassen. Den Rinderbraten zusammen mit dem aufgefangenen Bratensaft zurück in den Bratentopf legen. Die Temperatur auf niedrige Stufe zurückschalten, bis die Sauce nur noch leicht schmort. Den Topf mit einem Deckel verschließen und den Braten mindestens 90 Minuten schmoren. Den Braten wieder aus dem Topf nehmen, in Alufolie wickeln und warm stellen. Die Bratensauce mit dem Gemüse pürieren. Die Sauce mit Brühe aufgießen. Sahne in eine kleine Schüssel gießen und mit Stärkemehl verrühren. Die Sauce einmal kurz aufkochen und mit der angerührten Stärke binden. Den Rinderbraten quer zur Faser in fingerdicke Scheiben schneiden und anrichten.</p>
--	---

## Rindfleisch nach Burgunder Art

(4 Portionen)

<p>750 g Rindfleisch 15 Schalotten 50 g Butter</p> <p>1 Knoblauchzehe 1 Lorbeerblatt Salz, Pfeffer, Thymian 1 EL Mehl 1/2 l trockener Rotwein Petersilie</p>	<p>Das Fleisch waschen und trocken tupfen, in ca. 5 cm große Stücke schneiden. Die Schalotten abziehen. Die Butter auslassen und das Fleisch mit den Zwiebeln hineingeben und ringsherum anbraten. Den Knoblauch und das Lorbeerblatt hinzufügen. Alles mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen. Das Mehl unterrühren und durchschmoren lassen. Den Rotwein hinzugeben, zum kochen bringen und etwa 2 Stunden köcheln lassen. Die Sauce nochmals abschmecken, mit Petersilie garnieren. Dazu schmecken Spätzle oder Klöße und Rotkohl.</p>
--	---

## Winzertopf mit Rindfleisch

(4 Portionen)

<p>500 g Rindfleisch aus der Schulter 50 g Butterschmalz</p> <p>1 Zwiebel 1/ 4 l Rotwein, halbtrocken</p> <p>400 g Weißkohl 200 g Karotten 200 g Sellerie 1 Stange Lauch 1 l Fleischbrühe Pfeffer, Salz, Lorbeerblatt 250 g Kartoffeln 1 Bund Petersilie</p>	<p>Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in Würfel schneiden. Butterschmalz in einem Topf erhitzen und das Fleisch 5 Minuten darin anbraten. Die Zwiebel fein hacken, zugeben und goldgelb werden lassen. Mit Rotwein ablöschen.</p> <p>Das Gemüse waschen, putzen und klein schneiden. Zum Fleisch geben und mit der Fleischbrühe aufgießen. Die Gewürze zugeben und ca. 60 Minuten bei 180 °C schmoren.</p> <p>Die Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und 10 Minuten vor Ende der Garzeit zugeben. Mit gehackter Petersilie servieren.</p>
--	---

## Rindfleisch / Tafelspitz mit Meerrettich-Soße

(4 Portionen)

<p>1 Bund Suppengrün 1 kg Rindfleisch z.B. Tafelspitz 4 Rinderknochen 2 l Wasser 2 Würfel klare Fleischbrühe</p> <p>4 EL frischer Meerrettich</p> <p>30 g Butterschmalz 30 g Mehl 300 ml Fleischbrühe 200 ml Milch 1 Eigelb 3 EL Sahne Salz</p>	<p>Das Suppengrün putzen und in Würfel schneiden. Mit dem Rindfleisch und den Knochen in einen großen Topf geben. Mit Wasser übergießen, die Brühwürfel dazugeben und aufkochen. Evtl. entstehenden Schaum abschöpfen. Das Fleisch etwa 2 Stunden kochen, bis es zart ist. Den Topf vom Herd nehmen, ca. 300 ml von der Brühe abfüllen und durch ein feines Sieb gießen (klare Brühe für die Soße).</p> <p>Den Meerrettich putzen, waschen, reiben. Die Stange gerade halten, damit der Meerrettich nicht langfaserig wird.</p> <p>Aus dem Fett und dem Mehl eine helle Einbrenne herstellen. Mit Brühe und Milch aufgießen, den Meerrettich mit dem Schneebesen einrühren. Das Eigelb mit der Sahne verquirlen und unter raschem Rühren hinzufügen (darauf achten, dass die Soße nicht zu heiß ist, da das Eigelb sonst gerinnt). Je nach Schärfe des Meerrettichs 10 - 15 Minuten köcheln lassen.</p> <p>Das, in der restlichen heißen Brühe warm gestellte Fleisch heraus nehmen, in Scheiben schneiden und mit der Soße übergießen.</p> <p>Typisch dazu sind Salzkartoffeln oder Bauernbrot. Aus der restlichen Brühe mit dem Gemüse lässt sich eine hervorragende Suppe als Vorspeise zubereiten.</p>
---	--

## Rindfleisch-Gratin „Försterin“

(4 Portionen)

600 g Rindfleisch aus der Unterschale 30 g Butter(schmalz) ½ TL Paprikapulver edelsüß ¼ l Fleischbrühe	Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Fleisch im heißen Butterschmalz anbraten. Mit Paprika würzen. ¾ der Fleischbrühe angießen. Bei geringer Hitze ca. 20 Minuten schmoren.
500 g Champignons 1 Zwiebel 100 g geräucherten Speck 1 Knoblauchzehe Pfeffer, Salz	Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Die Zwiebel würfeln und mit dem gewürfelten Speck in Butter glasig dünsten. Die abgezogene Knoblauchzehe dazupressen. Die Champignons zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Den Rest der Fleischbrühe angießen und bei geringer Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen.
6 EL Sahne etwas Speisestärke	Die Sahne zugeben. Sollte die Soße zu dünn sein, mit in Wasser angerührter Speisestärke binden. Die Pilzmasse mit dem Fleisch vermischen und nach belieben mit Salz und Pfeffer würzen. Alles in eine gebutterte Auflaufform geben und mit dem Käse bestreuen.
125 g geriebener Käse	Das Gratin auf 200 °C (Gas Stufe 3) im vorgeheizten Backofen ca. 15 Minuten überbacken. Mit Schnittlauch bestreut servieren.
2 EL Schnittlauch	

## Gebratene Rinderleber

(4 Portionen)

3 Zwiebeln 2 Paprika Öl	Die Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Paprika waschen und in schmale Streifen schneiden. Zwiebeln und Paprika mit einem Esslöffel Öl in einer Pfanne glasig dünsten.
500 g Rinderleber Salz, Pfeffer 1 Bund Petersilie	Die Leber in Würfel schneiden und in die Pfanne geben. Mit Pfeffer und Salz abschmecken und ca 30 Minuten dünsten lassen. Vor dem Servieren die fein gehackte Petersilie auf der Leber verteilen.

## Rinderbrühe

(4 Portionen)

<p>500 g Rindfleisch 250 g Rindsknochen 1 Markknochen Salz 4 Pfefferkörner 1 Lorbeerblatt 1 ½ l Wasser 1 Bund Suppengrün 1 Tomate oder Tomatenmark</p> <p>Salz Petersilie, Schnittlauch</p>	<p>Das Fleisch und die Knochen waschen.</p> <p>Mit leicht gesalzenem Wasser und Gewürzen ankochen, für 2 Stunden fortkochen und 10 Minuten in der Nachwärme fertig garen.</p> <p>Das Gemüse waschen, putzen und zerkleinern. Nach einer Stunde Gardauer in die Suppe geben. Nach der Garzeit das Fleisch und die Knochen aus der Brühe nehmen. Die Brühe durch ein Sieb geben. Das Fleisch in Würfel schneiden, in die Brühe geben. Die Brühe erhitzen, mit Salz abschmecken und mit zerkleinerten Kräutern bestreuen.</p> <p>Als Suppeneinlagen eignen sich z.B. Eierstich und Grießklößchen.</p>
---	--

## Suppeneinlagen zur Rinderbrühe

### Eierstich

(4 Portionen)

<p>2 Eier 1/8 l Milch 1 Prise Muskat Salz</p>	<p>Zwei Tassen einfetten. Die Zutaten verquirlen und einfüllen. Im Wasserbad ankochen und 20 bis 30 Minuten stocken lassen, bis die Masse fest ist. Die Eimasse stürzen, in kleine Würfel schneiden und in die heiße Suppe geben.</p> <p>Variante: Zerkleinerte Kräuter in die Masse geben.</p>
---	---

### Grießklößchen

(4 Portionen)

<p>1/8 l Wasser oder Milch 1 EL Butter Salz, Zucker 65 g groben Grieß</p> <p>1 Ei Petersilie</p>	<p>Flüssigkeit, Butter, Salz und Zucker ankochen und den Herd ausschalten.</p> <p>Den Grieß einstreuen und so lange rühren, bis sich die Masse kloßartig zusammenballt und vom Topfboden löst. Den Topf vom Herd nehmen und die Masse etwas abkühlen lassen.</p> <p>Das Ei und die zerkleinerte Petersilie untermengen und abschmecken.</p> <p>Mit einem in kaltes Wasser getauchten Teelöffel kleine Klöße abstechen. In die schwach siedende Suppe geben und 10 Minuten in der Nachwärme fertig garen.</p>
--	--

## Gefüllter Rollbraten vom Rind

(4 Portionen)

<p>800 g Rindfleisch</p> <p>100 g Semmelbrösel</p> <p>100 g Met</p> <p>1 kleiner Apfel</p> <p>1 Zwiebel</p> <p>1 TL gehackte Petersilie</p> <p>Salz, Pfeffer</p> <p>etwas Öl</p>	<p>Das Fleisch waschen, trocken tupfen und in dünne Scheiben aufschneiden.</p> <p>Die Semmelbrösel, den Met, den klein geschnittenen Apfel, die fein gewürfelte Zwiebel, Petersilie, Salz und Pfeffer miteinander mischen.</p> <p>Das Fleisch mit der Masse bestreichen, aufrollen und mit Küchenzwirn zunähen. Die Rolle mit Öl bepinseln.</p> <p>Den Braten auf einen Rost legen und über eine Fettpfanne in den Ofen schieben.</p> <p>Im vorgeheizten Backofen bei 175 °C ca. 110 Minuten braten. Den Rollbraten ab und zu mit dem eigenen Saft übergießen.</p>
--	--

## Ochsenfetzen

(4 Portionen)

<p>800-1000 g Ochsenbraten (z.B. Hüfte, Keule oder Schulter)</p> <p>Saft einer Zitrone</p> <p>2 Zwiebeln</p> <p>1 Paprika</p> <p>2 EL Öl oder Butterschmalz</p> <p>Salz, Pfeffer</p> <p>½ TL Kräuter der Provence</p> <p>1 EL Mehl</p> <p>250 ml Fleischbrühe</p> <p>6 EL Sahne</p>	<p>Das Fleisch abwaschen, trocken tupfen, in dicke Scheiben schneiden. Diese flach klopfen und quer zur Faser in feine Streifen schneiden.</p> <p>Mit Zitronensaft beträufeln.</p> <p>Zwiebeln in Würfel schneiden.</p> <p>Paprika waschen, putzen und klein schneiden.</p> <p>Das Fleisch in kleinen Portionen in einer Pfanne von allen Seiten in heißem Fett gut anbraten.</p> <p>In einen Schnellkochtopf geben und würzen.</p> <p>Die Zwiebelwürfel und Paprika in die gleiche Pfanne geben und anrösten.</p> <p>Mit Mehl bestäuben.</p> <p>Mit Brühe ablöschen.</p> <p>Das Ganze über das Fleisch geben, den Schnellkochtopf schließen und 10 Minuten beim 2. Ring garen, abkühlen lassen.</p> <p>Mit Sahne verfeinern.</p>
---	---

## Pikanter Ochsenbrust-Salat

(4 Portionen)

<p>500 g <i>gekochte</i> Ochsenbrust (oder Rindfleisch aus der Hohen Rippe) 50 ml Fleischbrühe</p> <p>150 g Tomatenpaprika 1 gelbe Paprika 3 Essiggurken 1 Zwiebel</p> <p>3 EL Öl 2 EL Zitronensaft 1 TL Tomatenmark 1 TL Senf Salz, Pfeffer, Paprikapulver</p> <p>2 EL fein geschnittener Schnittlauch</p>	<p>Das gekochte Fleisch in feine Streifen oder Würfel schneiden.</p> <p>Die warme Brühe über das Fleisch geben.</p> <p>Die geputzte Paprika in feine Streifen schneiden. Die Gewürzgurken in Scheiben schneiden. Die Zwiebel würfeln. Alles zum Fleisch geben.</p> <p>Dazugeben, gut vermischen und durchziehen lassen.</p> <p>Vor dem Servieren mit Schnittlauch bestreuen.</p>
---	--

## Kräftige Ochsenbrühe

(4 Portionen)

<p>1 Karotte ½ Stange Lauch 1 kleines Stück Sellerie 1 große Zwiebel</p> <p>500 g Fleisch von der Ochsenbrust oder Ochsen- Siedfleisch 250 g Ochsenknochen</p> <p>1,5 bis 2 l Wasser 2 TL Salz, Pfeffer 1 Lorbeerblatt</p>	<p>Das Gemüse waschen, putzen und ungeschält grob zerkleinern.</p> <p>Die Zwiebel grob hacken.</p> <p>Das Fleisch und die Knochen kurz mit kaltem Wasser abwaschen. Einen großen Dampfdrucktopf kurz erhitzen und die Suppenknochen darin anrösten, das Gemüse mitrösten. Mit Wasser ablöschen. Würzen.</p> <p>Das Fleisch in das kochende Wasser geben, den Topf verschließen. Wenn der zweite Ring sichtbar ist, zurückschalten und 20 Minuten garen. Den Topf zur Seite stellen und langsam abkühlen lassen. Die Brühe mit Salz und Pfeffer abschmecken.</p>
--	---